想要获取更多资源吗？

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

修行人, 修功德是第一重要
各种形式的财富、智慧、禅定、证量, 都是功德转化而来

你要想修六地菩萨, 首先要具备六地菩萨的功德
没有功德成就, 用尽一切努力, 最多是辟支佛
你具足六地菩萨的功德, 要打坐去修证到六地
但你若没有六地菩萨的功德, 打坐也证不到六地
若不打坐, 具足功德也证不到六地, 因为功夫不够
在娑婆世界一顿饭时间布施一众生佛法的功德, 在净土要修二十亿百千千亿劫
闭关修行千百万劫, 功德也不如利益一个众生

功德不够的人，修行必定入魔。
为什么会入魔？——没有功德，就会升起我慢。没有我慢，永远不会入魔。

一个人丢福报, 第一个特征就是失禅定，失禅定的表现就是空腹高心，即我慢。
我慢升起时，气往上提，心气浮在上面，三丹田空空的定不住，导致思想不定，多心怀疑，搬弄是非。

所谓虚心实腹，谦虚、虚怀若谷的时候，气脉处在最佳状态。
《老子》说：虚其心，实其腹。人要做到虚心实腹，依禅定功夫来说，虚心是没有杂念，头脑和心脏部位没有杂念。实腹是禅定三禅境界的气住脉停，道家所谓的三丹田充满。

一、索达吉堪布:
为什么现在很多人修行不成功？不能证悟？就是因为福报不够。在二种资粮中，福德资粮尤为重要。

二、摘自孙伦内观禅修法译文

首先，要清楚明白：
(一)每个人的业都与其它人的不同，即使是长得一模一样的双胞胎，他们彼此的业，也有相当程度的不同。
(二)业确实是可以透过禅修来改变的。

所以，如果你是一位初学者，或者是一位还未开始修习内观禅的人，那么，当你看到下列某些问题，提到孙伦禅修法充满痛苦时，请千万不要害怕或担心。

其实，导致禅修者痛苦的原因并不是孙伦禅修法，而是禅修者自己本身的恶业。

换言之，有两大类禅修者：第一类是幸运的禅修者，他们拥有某种善业，可走上乐(易)行道。而第二类是不幸的禅修者，他们拥有某种恶业，而必须走上苦(难)行道。现代的大多数禅修者皆属于第二类。

无论你是那一类的禅修者，必可在「短」时间内成就初果。当然，所谓的「短」，是依禅修者个人的

业而定的。例如，有些人可在连续十日的整天禅修中成就果位；原因是：他们皆幸运地，早已在此生或过去生中，完成了十分之九或者更多的助道功德。而那些尚未圆满助道功德的人，就必须花更多的时间去禅修，以期尽快成就初果或更高的果位了。

个人所作的善恶业，不但影响取证涅盘的时间长短，也会影响到修持过程中的苦乐程度。例如，有些人在此生或是过去生中，曾伤害或多次杀死过其它众生（人或其它动物），给他们造成极大的痛苦；那么，这些人通常会走上苦（难）行道。因为，不论这些人以那一种方式来禅修，依据因果律这普遍法则，他们曾给众生造成多少痛苦，他们都必须承受相同的痛苦来回报。在这些恶业尚未去除之前，他们是无法证得初果的。这其中的理由是：一旦一个人成就了初果，他就不会再转生入四恶趣（地狱、饿鬼、畜生、阿修罗）。而要做到这一点的前提是：那些会送他入四恶趣的恶业，必须完全被消除掉。

孙伦禅修法似较其它禅修法为痛苦，这祇是因为：它比其它方法更能快速地证得初果；因此，痛苦亦会更快速和强烈地生起，好让恶业的净化过程可以更快地完成。
一个人在内观禅修习期间（这是指禅修正行以外的时间，而不是在禅修正行的时候。因为在禅修正行时，是「不可以去想其它无关的事情」的），以下的问题或许会在他的心中生起：「缘于什么重要因素，可令过去所造的恶业得以逐渐减少、甚至完全地被消除呢？」

我想，忍辱（包括克制、耐性、和忍受得起在正式禅修时，连续多个小时要保持不动的坐姿所生起的痛苦）可能是最重要的因素，尤其是以真正的平等心去忍受。这也就是为什么在缅甸有句谚语说：「忍辱可导致涅盘。」

二、南怀瑾：
“不修福德怎么会得定？福德真修圆满了，你不打坐也会得定的。”

佛在世的时候，他有一位比丘弟子要缝衣，因为眼睛瞎了不能穿针线，就向四周求人帮忙。但是没有人帮他，因为师兄弟都在打坐。结果是佛亲自去帮他穿针，这比丘向佛致谢并表示不敢劳驾佛。佛说这是应该的，也因为是修福德。比丘听了很讶异，您老都成佛了，还需要修福德吗？佛告诉他，十方诸佛修福德的行为是永无穷尽的。然后佛回转来骂其它打坐的弟子，只顾自己修行，不肯帮人家，不修福德怎么会得定？

就算其它弟子得了定，这种定要来干嘛？充其量变个植物人。福德真修圆满了，你不打坐也会得定的。可是要注意，光修福德不修禅定智慧是很危险的，他生来世福报会很大，功名地位财富样样好，但会把你吞没，你就完了。

三、佛门公案
“只做了功德，没有修持，七天一打坐就无四相”

有一位法师一辈子做好事、做功德、盖庙子、讲经说法，自己虽没有打坐、修行，可是他功德太大。年纪大了，就看到两个小鬼来捉他，那个鬼在阎王那里拿了拘票，还带个刑具手铐。这个法师说：我们打个商量好不好？我出家一辈子，只做了功德，没有修持，你给我七天假，七天打坐修成功了，先度你们两个，再度你们老板，阎王我也去度他。那两个小鬼被他说动了，就答应了。这个法师以他平常的德行，一上座就万念放下了，庙子也不修了，什么也不干了，三天以后，无我相，无人相，无众生相，什么都没有，就是一片光明。这两个小鬼第七天来了，看见一片光明却找不到他了。完

了，上当了！

四、福德没有具备就想悟道，就是做生意也没那么便宜的事
http://www.douban.com/group/topic/31325197/

五、佛门高僧训诫汇集
福报没有积累够而想升禅定，门儿都没有
http://www.douban.com/group/topic/27565262/

六、道家祖师训诫汇集
要修道，先修功德
http://www.douban.com/group/topic/31810315/

七、佛家讲要“福德资粮”，看你有没有这个福分，有没有这个善根。福德功德圆满的话，障碍就少，不然处处障碍。所以真正修道，佛家道家都一样，到了这一步工夫，你才看出来功德、善根、福报之重要。有善根、福报的话，是一路顺利成就。譬如释迦牟尼佛，六年雪山苦行，连五个基本弟子都离开了。他雪山下来，一个人孤零零地谁招呼他啊！七天菩提树下成道，是有福报而成就了，不需要人招呼，否则的话就是困难重重。

八、有些人很容易到达，有些人修了一辈子影子也没有。总而言之，学佛修道你要成功得快，那是与行为道德配在一起的；必须要功德，要善行，做好人做好事，慢慢功德与努力两个配合，就成就得快。同样上学的学生，班上每个同学的成就不一样，就是这个道理。

九、《参同契》的原文“故曰，刚施而退，柔化以滋”，那个阳刚到了最高的顶要退。所以有时候观想头顶以外那个最高处，光明放射以后，不能尽住在那个境界。“柔化以滋”，到阴境界来了，什么也没有，光也不光了，身心柔软，极阴的境界来了，不过中间一点灵明。这个时候滋养，口水津液都下来。“此言坎离会合”，这叫做坎离会合，就是这么一个修道过程境界。
这不是你打坐光在那里梦想能做得到的，你真要做工夫才行，老实讲，需要功德的培养，要修一切善，这个很要紧。功德是真的，决不是骗人，我们大家读道书，所谓仙佛之道叫你修功德行善，这一部分都是马马虎虎看过去了。就算是工夫做到的话，功德不够善行不够，莫名其妙地就会把你破坏掉，破坏的境界多得很。如果你积极修满一切功德，不一定打坐也会到达，非常奇妙，绝对绝对不是骗人的。世上好多人学佛学道，这里求工夫那里求口诀，这里修一个法那里修个法，以为悟了，得道了。如果功德不圆满，就算你那个道堆到蛋糕那么高，马上也就化掉，没有用。这个是绝对的定律，在这里我顺便讲到。